

རྒྱ་ཁྲི་པ། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཚན་པ་ཁག་ཚད་དང་ལྡན་པའི་
ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་མེད་པ་བཅས་ནི་མིག་སྤེལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

གསུམ་པ། ཞེ་ཤི་ཡའི་ཤར་ཁུལ་དང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་ཁུལ་གྱི་ ནགས་ཚལ།

ཞེ་ཤི་ཡ་དང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་གྱིས་
འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་གླིའི་བརྒྱ་ཆ་^{18.8} ཟེན་ཡོད། ཁུལ་འདིར་གཞི་རྒྱ་
ཆེས་ཆེ་བའི་ནགས་ཚལ་ནི་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་རྩབ་བྱང་དང་ཞེ་ཤི་ཡའི་
ཤར་ཁུལ་དུ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཨ་སྤྱི་ལི་ཡ་དང་། བོ་ལུ་ཇ་ལན་ཏ། ཞེ་ཤི་
ཡའི་ལྷོ་ཁུལ། ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་ཁུལ། ཞེ་ཤི་ཡའི་དབུས་ཁུལ་བཅས་
སྤྱང་ནགས་ཚལ་སྤྱད་པོ་ཡོད། འབྲུང་འབྲུར་ད་དུང་ཁུལ་འདིའི་
ནགས་ཚལ་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཆུང་དུ་མི་འགོ་བ་དང་། ཡར་རྒྱས་སོང་ཟིན་པའི་
རྒྱལ་ཁབ་དག་གི་ནང་ནགས་ཚལ་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རུ་བསྐྱེད་ཐབས་བྱེད་
བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། མི་འཕོར་འཕེལ་ཚད་མཆོག་གས་དྲགས་པ་དང་ཡོང་
འབབ་ཅེ་ལེགས་སུ་འགོ་བ་འདིས་ཤིང་གི་ཅ་དངོས་སྤྱོད་བྱས་སྤྱོད་ལས་
ཆེ་རུ་འགོ་རྒྱ་ཡིན་འདུག



དཔེ་རིས། ༡.༩ ཞེ་ཤི་ཡའི་ཤར་ཁུལ་དང་
ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་ཁུལ་གྱི་ནགས་
ཚལ་བྱུང་ཁུལ།



དཔེ་རིས། ༡.༡ ཞེ་ཤི་ཡའི་རྩབ་ཁུལ་གྱི་
ནགས་ཚལ་བྱུང་ཁུལ།

བཞི་པ། ཞེ་ཤི་ཡའི་རྩབ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ།

ཞེ་ཤི་ཡའི་རྩབ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་བྱུང་ཁུལ་གླིའི་ས་ཁྲོན་ལ་ཉེ་ཀ་ཏེར་ས་ཡ་^{3.66} ཡོད་པ་དེས། ཁུལ་
དེ་གའི་ས་ཁྲོན་ཉིལ་པོའི་བརྒྱ་ཆ་¹ ཟེན་ཀྱི་ཡོད་ལ། འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་གླིའི་བརྒྱ་ཆ་^{0.1} ཟེན་ཀྱི་ཡོད། ཁུལ་
དེ་གའི་མང་ཆོག་གས་ཀྱི་ཡོང་འབབ་ཡག་ཏུ་འགོ་བ་དང་མི་འཕོར་འཕེལ་རྒྱས་ཅེ་མཆོག་གས་སུ་འགོ་བར་བརྟེན།
འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ལོ་རབས་ནང་འཆོ་བའི་དགོས་མཁོ་བསྐྱབ་པར་སྤྱ་མཐུད་དུ་ཤིང་དང་ཤིང་ཆས་སྤྱ་ཆོག་གས་ནང་
འབྲེན་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད།

ལྷ་པ། ལྷ་རྩལ་ཁུལ་གྱི་ ནགས་ཚལ།

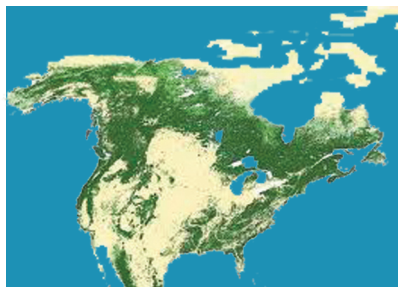
ལྷ་རྩལ་ཁུལ་གྱི་
ནགས་ཚལ་ཏུ་ཅང་སྤྱད་པོ་
ཡོད་པས། དེའི་བྱུང་ཁུལ་
གླིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་ཉེ་ཀ་ཏེར་ས་
ཡ་¹ ལས་མེད་ཀྱང་། དེས་



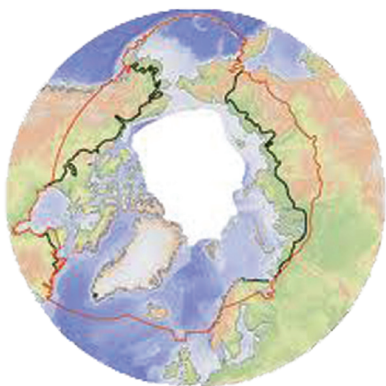
དཔེ་རིས། ༡.༥ ལྷ་རྩལ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་བྱུང་ཁུལ།



དཔེ་རིམ། ༡.༦ ལེ་ཌིན་ཨ་མེ་རི་ཀ་དང་ཁ་
རི་ལྷོན་ཡུལ་དུ་ནགས་ཚལ་བྱས་ཚུལ།



དཔེ་རིམ། ༡.༧ བྱང་ཨ་མེ་རི་ཀ་འོག་དུ་
ནགས་ཚལ་བྱས་ཚུལ།



དཔེ་རིམ། ༡.༨ རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་དུ་ནགས་
ཚལ་བྱས་ཚུལ།

འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་སྤྱི་བརྒྱུ་ཆ་²⁷ ཟིན་ཅིང་། ཡུ་རོབ་ཀྱི་ས་ཁྱོན་
ཤིལ་པོའི་བརྒྱུ་ཆ་⁴⁵ ཟིན་ཡོད། ཡུ་རོབ་དུ་ནགས་ཚལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་
པར་ཚད་ལྡན་གྱི་སྤྱི་དུས་དང་འཆར་འགོད་ལེགས་པོ་ཡོད་པས།
ནགས་ལས་ཐོན་ཁུངས་རྒྱ་སྐྱོད་དང་། ཡོང་འབབ་རྗེ་མང་། ཁོར་ཡུག་
སྤྱང་སྤྱོད་བཅས་ཀྱི་ཐད་འབད་པ་སྤོང་མེད་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

དུག་པ། ལེ་ཌིན་ཨ་མེ་རི་ཀ་དང་ཁ་རི་ལྷོན་ཡུལ་གྱི་ནགས་ཚལ།

ལེ་ཌིན་ཨ་མེ་རི་ཀ་དང་ཁ་རི་ལྷོན་གྱི་ནགས་ཚལ་གྱིས་འཛམ་
གླིང་སྤྱི་ནགས་ཚལ་གྱི་བཞི་ཆ་གཅིག་ཟིན་པས། དེ་ནི་འཛམ་གླིང་
ནགས་ཚལ་བྱས་ཚུལ་གྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དུ་
གནམ་གཤིས་ཚ་ལུལ་དུ་སྤྱོད་བའི་ནགས་ཚལ་བྱས་ཚུལ་གྱི་ས་ཁྱོན་ལ་
དྲེག་ཏེར་ས་ཡ་⁸³⁴ ཡོད་པ་དང་། གནམ་གཤིས་གནས་སྐབས་གཞན་
གྱི་འོག་སྤྱོད་བའི་ནགས་ཚལ་བྱས་ཚུལ་གྱི་ས་ཁྱོན་ལ་དྲེག་ཏེར་ས་ཡ་
¹³⁰ ཡོད། མི་ཚོགས་སྤྱོད་པའི་ཨ་མེ་རི་ཀ་འོག་དུས་ལྷན་དང་ཁ་རི་ལྷོན་
དུ་གྲོང་གསེབ་ནས་གྲོང་ཁྱེར་ལ་གནས་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ཕྱགས་ཆེ་དུ་སོང་བས།
ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱོད་ལས་གཉེར་བྱེད་རྒྱ་མཚམས་བཞག་ཏེ། ནགས་ཚལ་
གཙོད་འབྲེག་བྱེད་ཚད་རྗེ་ཉུང་དང་། དེ་སྤྱི་ནགས་ཚལ་གཙོད་འབྲེག་
བྱས་པའི་ཕྱི་དུ་ནགས་ཚལ་འདེབས་འཛུགས་ཀྱིས་ནགས་ཚལ་བྱས་
ཚུལ་རྒྱ་ཆེ་དུ་འགོ་བཞུགས་ཡོད་འདུག དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་ཨ་མེ་རི་ཀ་འོག་དུ་
འཕོར་དེ་ཅམ་མང་པོ་མེད་ཀྱང་། འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ལོ་རབས་ནང་གི་དེ་
ནགས་གཙོད་འབྲེག་བྱེད་ཚད་རྗེ་ཉུང་དུ་འགོ་ངེས་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་དེ་
ཅམ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་བུར་མངོན།

བདུན་པ། བྱང་ཨ་མེ་རི་ཀ་འོག་འོག་གྱི་ནགས་ཚལ།

བྱང་ཨ་མེ་རི་ནགས་ཚལ་བྱས་ཚད་ཀྱིས་ལུལ་དེ་གའི་ས་ཁྱོན་སྤྱི་
བརྒྱུ་ཆ་²⁶ ཟིན་ཡོད་ལ། དེ་ནི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ནགས་ཚལ་བྱས་ཚད་ཀྱི་
བརྒྱུ་ཆ་¹² ཡིན། ཨ་མེ་རི་ས་ཁུལ་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ནགས་ཚལ་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་
དྲེག་ཏེར་ས་ཡ་²²⁶ ཡོད་པས། ཨ་མེ་རི་འཛམ་གླིང་ནང་གི་ནགས་ཚལ་
སྤྱོད་ཐོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཨང་བཞི་པ་ཡིན་པ་རེད། འདས་པའི་ལོ་རབས་
ཁ་ཤས་ནང་ཨ་མེ་རི་ས་ནགས་ཚལ་རྒྱ་ཁྱོན་དྲེག་ཏེར་ས་ཡ་^{3.9} རྒྱ་སྐྱོད་བྱས་
ཡོད་མོད། ཁེ་ན་ཏའི་ཡུལ་དུ་དེ་ཅམ་གྱིས་ནགས་ཚལ་རྒྱ་སྐྱོད་ཐད་སྤྱོད་
འབྲས་བྱུང་མེད། ནགས་ཚལ་ས་ཁུལ་རྣམས་ཀམ་པ་ནི་དག་གི་བདག་

དབང་ལོག་ཡོད་ནའང་། འབྲུང་འཁྱུར་གྱི་ལོ་རབས་ནང་ཁེ་ན་ཏ་དང་ཨ་རིའི་ཡུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་གནས་བབ་
 རེ་ཞན་དུ་མི་འགོ་བར་སོར་གནས་སྐབ་པར་ངེས།

བརྒྱུད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྔ་མཉམ་གྱི་ནགས་ཚལ།

འཛམ་སྤྱི་འབྲུག་གྱི་ནགས་ཚལ་ནི་ཨུ་རུ་སུ་དང་། ས་ཁན་ཏི་ན་ཁྲི་ཡ།(Scandinavia) བྱང་ཨ་རི་
 བཅས་གྱི་མངའ་ཁོངས་ས་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་བྱབ་ནས་ཡོད་པ་དང་། རོ་བ་ཅིས་བྱས་ན་དེས་བྱབ་ཁུལ་གྱི་ས་
 རྒྱུ་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་གྱ་བཞི་མ་ས་ཡ་^{13.8} ཡོད། བྱང་ཕྱོགས་རྫོ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་བྱབ་ཡུལ་(Boreal Forest)འདི་
 ནི་སའི་གོ་ལའི་ངོས་སུ་སྤྱེ་ཁམས་མ་ལག་(Ecosystem)བྱབ་ཁུལ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་གི་གཅིག་
 ཡིན་པ་དང་། སྤྱེ་ཁམས་མ་ལག་བྱབ་ཁུལ་གཙོ་བོ་གཞན་དེ་ནི་བྱང་སྤྱིའི་བདེ་ཐང་(Tundra)ཁུལ་ཡིན། བྱང་སྤྱིའི་
 བདེ་ཐང་ནི། བྱང་ཕྱོགས་རྫོ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་བྱབ་ཡུལ་ལས་ཀྱང་བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་མངའ་
 ཁོངས་ཀྱིས་བྱང་འབྲུག་ས་ཁུལ་ཆེ་ཆུང་བར་བྱབ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་བྱང་ཕྱོགས་རྫོ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་ལ་ཆོང་ལས་ཁེ་
 གཉེར་གྱི་རིན་ཐང་ཆུང་ཡང་། དེའི་བྱབ་ཁུལ་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་མཆོན་ན་ཐོན་སྐྱེད་གསལ་ཆེན་
 ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་ཡོད།

བོད་ཀྱི་
ནགས་ཚལ།

སྤྱི་ལོ་བོད་ཀྱི་ནགས་ཚལ་བྱབ་ཁུལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཞིབ་འཇུག་མཐིལ་
 ཕྱིན་པ་བྱས་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྔ་མཉམ་ལྷན་ཞིག་ད་ལྟའི་བར་ཐོན་ཕྱིར་མེད་པས། བོད་
 ཀྱི་ནགས་ཚལ་སྤྱི་ལོ་
 ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ཞིག་
 ཤེས་ཐབས་བྲལ་མོད།
 འདིར་ད་ལྟ་བར་ཐོན་
 པའི་གནས་ཚུལ་ཁྱེད་ས་
 ལྷན་འགའ་ཞིག་ལ་གཞི་
 བཅོལ་ཏེ་མདོར་བསྟུན་ཅུ་
 འགོད་པར་བྱ།

ཕྱི་ལོ་༡༠༠༧ ལོར་རྟོག་ཞིབ་བྱས་པའི་
 གནས་ཚུལ་ལྟར་ན། བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་ཀྱི་
 ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ལ་གི་ལོ་མི་ཏར་གྱ་བཞི་
 མ་ཁྲི་^{14.63} ཡོད། དེས་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་སྤྱིའི་
 ས་རྒྱུ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་^{11.91} ཟིན་ཡོད། ཕྱི་ལོ་༡༠༡༠ ལོར་རྟོག་ཞིབ་བྱས་པ་ལྟར་ན། མཆོ་སྤོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ནགས་



དཔེ་རིམ། ༡.༧ བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་ཁོངས་སྤྱོད་ཁས་ཁུལ་གྱི་ནགས་
 ཚལ།



དཔེ་རིག་ ༡.༡༠ ཀན་སུའི་ཁིང་ཆེན་ཀན་ལྷོ་ཁུལ་ཐེ་བོད་
ཡུལ་གྱི་ནགས་ཚལ།



དཔེ་རིག་ ༡.༡༡ སི་ཁྲོན་ཁིང་ཆེན་དཀར་མངོས་བོད་རིགས་
རང་སྤྱོད་ཁུལ་ཉག་ཁུ་ཁའི་ནགས་ཚལ།



དཔེ་རིག་ ༡.༡༢ བོད་རང་སྤྱོད་ཁུལ་ཁོངས་གོང་པོ་ས་ཁུལ་
གྱི་ནགས་ཚལ།



དཔེ་རིག་ ༡.༡༣ ཀན་སུའི་ཁིང་ཆེན་ཀན་ལྷོ་ཁུལ་ཙོ་
ཞེད་ཡུལ་གྱི་ནགས་ཚལ།

ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་ཁྲི་⁴ ཡོད་པ་དང་། དེས་མཆོ་སྤྱོད་ཁིང་ཆེན་གྱི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་
ཆ་^{5.4} ཟིན་ཡོད། སི་ཁྲོན་ཁིང་ཆེན་དཀར་མངོས་བོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་
ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་ཁྲི་^{2.76} ཡོད་པ་དང་། དེས་ས་ཁུལ་དེ་གའི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་^{31.1} ཟིན་ཡོད། དེ་བཞིན་
སི་ཁྲོན་རྩ་བ་བོད་རིགས་འཛང་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་
ཁྲི་^{3.885} ཡོད་པ་དང་། དེས་ས་ཁུལ་དེ་གའི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་^{28.5} ཟིན་ཡོད། ཀན་སུའི་ཁིང་ཆེན་ཀན་ལྷོ་བོད་
རིགས་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་ཁྲི་^{0.92} ཡོད་པ་དང་། དེས་ས་ཁུལ་དེ་
གའི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་³⁰ ཟིན་གྱི་ཡོད། དཔལ་རིས་བོད་རིགས་རང་སྤྱོད་རྫོང་གི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་
གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་²³⁶⁵ ཡོད་པ་དང་། དེས་ས་ཁུལ་དེ་གའི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་^{33.08} ཟིན་ཡོད། ཡུན་ནན་ཁིང་
ཆེན་བདེ་ཆེན་བོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་བཞེ་མ་ཁྲི་^{0.87} ཡོད་པ་
དང་། དེས་ས་ཁུལ་དེ་གའི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་^{36.4} ཟིན་ཡོད།

དེར་བརྟེན་རོབ་རྩིས་བྱས་ན་བོད་ཡུལ་ཡོངས་ལ་ཁྲབ་པའི་ནགས་ཚལ་སྤྱིའི་རྒྱ་ཁྲོན་ལ་གི་ལོ་མི་ཤར་གྱུ་
བཞེ་མ་ཁྲི་^{27.27} ཡས་མས་ཤིག་ཡོད་པ་དང་། དེས་བོད་ཀྱི་ས་ཁྲོན་སྤྱིའི་བརྒྱ་ཆ་¹¹ ཅམ་ཟིན་གྱི་ཡོད།

ནགས་ཚལ་
གཅོད་འབྲེག་

དུས་རྒྱུ་མི་ནམས་ཀྱིས་དགོས་མཁོ་སྣ་ཆོགས་ལ་དམིགས་ཏེ་ནགས་ཚལ་
གཅོད་འབྲེག་བྱེད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནགས་ཚལ་
ཅ་མེད་བཅོས་ཏེ་ཞིང་སར་བཅོས་པ་འཇམ། གྲོང་ཁྱིམ་འཛུགས་སྐྱོན་གྱི་གནས་སུ་བཅོས་པ་ལྟ་
བུ་དང་། གཞན་ཡང་ཤིང་ནགས་གཅོད་འབྲེག་གིས་ནང་ཆས་དང་ཡོ་བྱད་སྣ་ཆོགས་བཅོས་
ཏེ་ཆོང་ལས་གཉེར་བའཇམ། ཁང་པ་འཛུགས་སྐྱོན་དང་བྱད་ཤིང་དུ་སྒྱུར་པ་སོགས་བྱེད་གྱི་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རེད། བཅོ་ལས་གསར་བཞེ་བྱུང་བ་ནས་ད་

བར་འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་གྱི་བྱེད་ཀ་ཅམ་གཅོད་
འབྲེག་བྱས་ཡོད་པས། རང་བྱུང་ནགས་ཚལ་གྱི་
གནས་བབ་ལ་གཏོར་སྐྱོན་ཆབས་ཆེན་བཏང་
ཡོད། དེར་བརྟེན་ནགས་ཚལ་དུ་འཛོལ་གནས་
འཆང་བའི་རི་དྲགས་དང་། གཅན་གཟན།
བྱ་བྱེའུ་སོགས་སྟོན་ལྡན་དང་སྒྲེ་དངོས་ས་
ཡ་མང་པོ་ཞིག་གི་སྒྲེ་འཕེལ་ལ་སོག་ཐུག་
ཆེན་པོ་བཏང་ཡོད་པ་མ་ཟད། འཛམ་གླིང་
སྤྱི་ནམ་ལྗང་གནས་ཚུལ་འགྱུར་བ་འགོ་བའི་
རྒྱ་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད།



ནགས་ཚལ་
སྤང་སྒྲོབ།

ནགས་ཚལ་ནི་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོན་ཁུངས་གལ་ཆེན་ཞིག་
ཡིན་པ་མ་ཟད། འཛོལ་གནས་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་གྲུབ་ཆ་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དཔེར་ན། ནགས་ཚལ་སྤུན་སྲུལ་ཆོགས་པོ་ཡོད་ཆོ། དེས་ས་
བརྩད་མི་ཉམས་པ་དང་། རྒྱུ་ཐོན་ཁུངས་ལེགས་པོ་ཡོང་བར་ཕན་ཐུབ་ས་ཆེན་པོ་
ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལྟན་གནས་དང་ནམ་ལྗང་འགྱུར་ལྡོག་མི་འགོ་
བར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་སང་ནགས་ཚལ་གཅོད་འབྲེག་ཆད་ལས་བཟུལ་བ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པར་
བརྟེན། འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱུ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ས་བརྩད་ཤོར་བ་དང་། རྒྱུ་ཐོན་ཁུངས་ཇེ་དཀོན་དུ་འགོ་བ། དེ་
བཞིན་སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ཉམས་རྒྱུ་དུ་སོང་སྟེ་སྟོན་ཆགས་དང་སྤྱི་དངོས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་འཛོལ་གནས་
ལ་སོག་ཐུག་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ནམ་ལྗང་ཡང་འགྱུར་བ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པས། རིམ་བཞིན་འཛམ་གླིང་སྤྱི་
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་མི་འདོད་པའི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་འགོ་ཉན་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད།

མི་སྒྲེར་ཞིག་གི་ངོས་ནས་ནགས་ཚལ་སྤང་སྒྲོབ་ཐད་ནུས་པ་འདོན་ཐབས་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ། ང་ཆོས་
མི་སྒྲེར་ཞིག་གིས་རང་བྱུང་ནགས་ཚལ་ལ་གཞོད་སྒྲོན་ཅི་ཅམ་གཏོར་ཐུབ་པ་ཤེས་གྱི་ཡོད་ནའང་། དེ་ལས་ལྡོག་

བསམ་སློབ་ཐོངས།



ཁྱེད་ཀྱིས་བསམ་ན་དེང་
སང་ཁྱིད་གཞུང་དང་། ཚོགས་པ།
མི་སྡེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ནགས་
ཚལ་སྤྱང་སློབ་བྱ་བར་འབད་པ་
བྱེད་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།

ཏེ་མི་སྡེ་ཞིག་གི་ངོས་ནགས་ཚལ་སྤྱང་སློབ་ཐད་རྒྱས་པ་ཅི་ཞིག་འདོན་
ཐུབ་པར་བསམ་སློབ་འཁོར་གྱི་མེད་ལ་གདེངས་ཚིད་ཀྱང་རྟེན་གྱི་མེད།
འོན་ཀྱང་བསམ་སློབ་ལེགས་པར་བཏང་ན། མི་སྡེ་ཞིག་གི་ངོས་ནགས་རང་
བྱང་ནགས་ཚལ་སྤྱང་སློབ་ཐད་དཀའ་ཚོགས་ཆེན་པོ་སྤྱད་མི་དགོས་
པར་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ཐོན་ཐུབ་གྱི་ཡིད། དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་
དང་གྲིམ་མི་ཚོར་རང་བྱང་ནགས་ཚལ་ཉམས་སྤྱད་འགྲོ་བའི་སློབ་ངོ་སློད་
བྱེད་པ་དང་། ནགས་ཚལ་སྤྱང་སློབ་ཐད་རྒྱས་པ་འདོན་པའི་གཞུང་དང་
སྡེ་ཀྱི་ཚོགས་པ་སོགས་སྤྱད་སྤངས་ཀྱིས་ཞུགས་པ། དེ་བཞིན་ནགས་
ཚལ་གཙོད་འབྲེག་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་བྱས་པའི་ཡུལ་དང་ནགས་ཚལ་
ཉུང་བའི་ཡུལ་སོགས་སྤྱི་ཤིང་ནགས་འདེབས་འཛུགས་བྱེད་པ་སོགས་
ནི། མི་སྡེ་རེ་རེའི་ངོས་ནགས་ནགས་ཚལ་སྤྱང་སློབ་ཐད་རྒྱས་པ་འདོན་
ཐབས་སྟབས་བདེ་ཤོས་དེ་ཡིན་ལ། མི་སྡེ་རེ་རེའི་ངོས་ནགས་འདི་ལྟ་བུའི་
འབད་བཅོན་བྱས་ཆོ། འཛམ་གླིང་མི་གངས་ས་ཡ་མང་པོས་སྤྱན་མོང་གི་
དགོ་སུ་ཆེད་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་འདོན་ཐུབ་རྒྱུར་གདོན་མི་ཟེའོ།



སྒྲིང་ཚན།



དང་པོ། ལན་གནད་བསྐྱས་རེ་བྲིས།

- ༡༽ འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་ལ་ཅི་ཙམ་ཡོད།
- ༢༽ ཨ་ཁྲེ་རི་ཁ་གླིང་དུ་སྤྱི་བའི་ནགས་ཚལ་རིགས་གཙོ་བོ་གང་དག་ཡིན་ནམ།
- ༣༽ ཨ་ཤི་ཡའི་རུབ་ཁུལ་གྱི་ནགས་ཚལ་སྒོར་བྲིས།
- ༤༽ བོད་ཡུལ་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་ལ་ཅི་ཙམ་ཡོད་དམ།



གཉིས་པ། ཁྲོས་བསྐྱར་བྲིས།

- ༡༽ འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་ནགས་ཚལ་གྱི་ཆུ་ཁྱོན་ཚུང་དུ་འགོ་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ།
- ༢༽ རྒྱ་གསལ་ཆུ་ཁྱོན་དུ་སོང་བ་དེས་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་ལ་གནོད་སྐྱོན་འབྱུང་ཚུལ་ཤོད།
- ༣༽ འཛམ་གླིང་ནགས་ཚལ་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་གྱི་ཐབས་ཅི་ཞིག་ཡོད་དམ།
- ༤༽ བོད་ཀྱི་ནགས་ཚལ་སྒོར་གྱི་པར་རིས་དང་གནས་ཚུལ་མཁོ་བསྐྱབ་ཀྱིས་འཛིན་གྱི་ནང་གོས་བསྐྱར་བྲིས།



གསུམ་པ། བྱེད་སྒོ།

- ༡༽ སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་སོ་སོའི་ནགས་ཚལ་སྒོར་གྱི་གནས་ཚུལ་བསྐྱར་བྲིས་ཀྱི་འཛིན་གྱི་ནང་ཤོད།
- ༢༽ རྒྱ་གསལ་ཆུ་ཁྱོན་གྱི་གནས་ཚུལ་མཁོ་བསྐྱབ་བྲིས་ཀྱི་སོ་སོའི་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་གྱི་འཛིན་གྱི་ནང་གོ་རྒྱུ་ཞེས་ཐབས་བྲིས།
- ༣༽ རྒྱ་གསལ་ཆུ་ཁྱོན་གྱི་ཐབས་ཅི་ཞིག་གྱི་གནས་ཚུལ་བསྐྱར་བྲིས་ཀྱི་འཛིན་གྱི་ནང་གོ་རྒྱུ་ཞེས་ཐབས་བྲིས།
- ༤༽ ཁོར་ཡུག་སྤྱི་ཆུ་ཁྱོན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་སྤྲོད།